

බුදුසමයේ ඉගැන්වෙන අනුසූරුව ප්‍රතිපදාව

ක්‍රමයෙන් කෙලෙස් දුරුකොට දුකින් නිදහස්වීමේ මාවත

භාග්‍යවතුන් වහන්සේ වසර 45ක් තිස්සේ දේශනා කළ සියලු අනුශාසනාවලින් පෙන්වා දෙන්නේ දුකින් නිදහස්වීමේ මාවතයි. ශ්‍රාවකයන්ගේ බුද්ධියේ හා උත්සාහයේ පමණට එම දහමින් එල නෙලා ගෙන දුකින් නිදහස්වීමට අවකාශ උදාවේ. දහමින් නිසි එල නෙලා ගෙන දුකින් නිදහස්විය හැක්කේ අවංක උත්සාහයක් හා සුවච්චාවයක් සහිත දැඩි කැපවීමකින් යුතු නුවණැති පුද්ගලයන්ටයි.

අප සසර ගතකොට ඇති අතීත භවයන්හි වැඩිපුර වාසය කොට ඇත්තේ දුගතිගාමී තැන්වලයි. එනම් සතර අපායෙහියි. එහිදී අප විඳ ඇති කායික මානසික දුක් වේදනාවන්හි සීමාවක් නැත. අපාගත භවයන්හි දී අපගේ ගෙල සිඳීමෙන් ගලා ගිය ලේ මහසයුරේ ජලයට වඩා අධික ය. මිනිස් භවයන්හි උපත ලැබූව ද මව, පියා, දරුවන්, නෑමිතුරන් ආදීන්ගේ විශේෂවෙන් දුකට පත් ව අප දෙනෙතින් ගලා ගිය කඳුළු මහසයුරට වඩා අධික බව සඳහන් වේ. එලෙස දැඩි දුක් පීඩා විඳිමින් ආ සසර ගමනෙහි අද අප මේ ගත කරන්නේ අතිශය භාග්‍යසම්පන්න අවස්ථාවකයි. මිනිස් ලොව බුද්ධෝත්පාද සමයක උපත ලැබීම වනාහි දුෂ්කර කාන්තාරයක යන අතරමග මුණ ගැසුණ ක්ෂේම භූමියක් බඳුයි.

ධර්මයෙහි සඳහන් වන්නේ සෝතාපන්න නොවූණ තැනැත්තාට සතර අපාය තම නිවස හා සමාන බවයි. මක් නිසාද අප නිතර නිවස දෙසට හැරී සිටින්නාක් මෙන් සතර අපායට වැටීමට ඇති අවකාශ වැඩි බවයි. එබැවින් මේ ලැබූ දුර්ලභ භාග්‍යසම්පන්න අවස්ථාව නිම වීමට ප්‍රථම සතර අපායට නොවැටෙන සේ ස්ථාවර පදනමක් දමා ගැනීම බුද්ධිමත් සැමගේ ප්‍රධාන ජීවිත පැතුම් විය යුතු ය. අද අප මෙලෙස සුබ්බව ගත කළ ද අපේ අතීත භවයන්හි කරන ලද කර්මයන්හි විපාක වශයෙන් කෙතරම් දුක්පීඩා අනාගතයෙහි අප වෙත ඒ දැයි අපි නිශ්චිතව නොදනිමු. එවැනි කර්ම විපාක අප වෙත පැමිණීමට ප්‍රථම ඒවායින් මානසික දුකක් ඇති නොවන පරිදි ධර්මය තුළින් ශක්තිමත් මානසිකත්වයක් ගොඩනගා ගැනීම අප විසින් නොපමාව කළ යුත්තකි. වෙන කුමන දේ කල් දැමුව ද මෙම කාර්යය කල් දැමිය නොහැකි අනිවාර්ය අංගයකි. හිස ගිනි ගත්තකු මෙන් ද සැතකින් පහර ලද්දකු මෙන් ද අප්‍රමාදීව ලොවට ඇති ඇල්ම, සක්කායදිට්ඨිය දුරු කරනු සඳහා උත්සුක විය යුතු බව භාග්‍යවතුන් වහන්සේ අප කෙරෙහි ඉමහත් කරුණාවෙන් දේශනා කරන්නේ එනිසයි.

සද්ධර්මය ශ්‍රවණය කරන්නටත් එහි යෙදෙන්නටත් අවස්ථාව ලැබෙන්නේ සසර කරන ලද මහඟු පුණ්‍ය මහියමක ආනිසංස වශයෙනි. එහි දුර්ලභත්වය හා වටිනාකම වටහා ගත් පමණට ධර්මය ශ්‍රවණය කිරීමත් එහි නියැලීමත් ජීවිතයේ ප්‍රධානතම කාර්යභාරය කර ගනු ඇත. මක් නිසාද යත් දුකින් නිදහස්වීම හැම දෙනාගේ ම ඒකායන ජීවිත අභිලාශය වන බැවිනි. මේ මොහොතෙහි ඇස, කන ආදී ඉන්ද්‍රියයන්ට රූප, ශබ්දදී අරමුණු ස්පර්ශ විමේදී කිසියම් දුකක් විඳි නම් අනාගතයේ ද කර්ම විපාක හෝ වෙනත් හේතුවක් නිසා කිසියම් කායික - මානසික දුකක් විඳි නම් ඒ සියලු දුක්වලින් නිදහස්විය හැකි ඒකායන මාවත ශ්‍රී සද්ධර්මය තුළ පැහැදිලිව විස්තර කොට ඇත. සත්‍යාවබෝධයෙන් දුකින් නිදහස් වූ පමණට එහි ආනිසංස මේ ජීවිතය තුළදී ම කල් නොගොස් අත්දැකීමට හැකියාව ලැබේ. මරණින් මතු විමුක්තිය හා ස්වර්ගය පනවන ආගම් හා දර්ශන සහිත ලෝකයෙහි බුදුදහමේ පවත්නා විශේෂත්වය නම් ධර්මයේ පවත්නා මෙම සාංදෘෂ්ටික හා අකාලික ගුණයයි. එනම් ධර්මය ප්‍රගුණ කළ පමණට මේ මොහොතෙහිදී ම සියලු දුකින් නිදහස් විය හැකි වීමයි.

බුදුදහමෙහි සඳහන් පරිදි මෙලොව උපන් බුද්ධිමත් වාසනාවන්ත මිනිසුන්ගේ ප්‍රධාන ජීවිත අභිලාශය විය යුත්තේ විද්‍යාවිමුක්තිය සාක්ෂාත් කර ගැනීමයි. එනම් දුකින් මිදීමට අවශ්‍ය කරන දැනුම ලබාගැනීම හා එම දැනුම උපයෝගී කර ගනිමින් මානසික දුක් සමුදයයෙන් වහ වහා නිදහස් වීමයි. ඒ සඳහා කාලයෙන් උපරිම ප්‍රයෝජන ගනිමින් අප්‍රමාදීව කාලය ගත කළ යුතු ව ඇත.

පබ්බතපම සූත්‍රයේ දැක්වෙන පරිදි සිව්දෙස සියලු දෑ විනාශ කරමින් තමා වෙත වෙගයෙන් පැමිණෙන පර්වත හතරක් මෙන් ජාති, ජරා, ව්‍යාධි, මරණ යන ජීවිත අභියෝග නිරතුරුව අප වෙත සමීප වෙමින් සිටී. තව ද විෂයෝග සර්පයන් සිව් දෙනෙක් නිරතුරුව අපව ලුහුබදිමින් එන්නාක් මෙන් ජරාව (මහලුබව), ව්‍යාධි (ලෙඩරෝග), මරණය හා ප්‍රිය විප්‍රයෝග නමැති සර්පයන් සෑම මොහොතක් පාසා ම අපව දුකට පත් කිරීමට අප වෙත ළඟා වෙමින් සිටිති. එම සර්පයන් සිව් දෙනා නමැති දුකින් නිදහස් වීමට ධනය, අධ්‍යාපනය, ඤාති මිත්‍රාදීන් ඇතුළු කිසිවකින් පිහිටක් නොමැත. ඒ සඳහා ඇති එක ම මාවත සීල, සමාධි, පඤ්ඤා යන ත්‍රිවිධ ශික්ෂාව ඔස්සේ තම තුන්දෙර මෙහෙයවමින් අප්‍රමාදී ව සිතිය හා නුවණ දියුණුවන ක්‍රියාදාමයක නිරත වීමයි. තමා පිහිටක් කර ගනිමින් (අන්තදීපා විහරථ භික්ඛවෙ, අන්තසරණා) අන් බාහිර දෙයක් පිහිට කර නොගනිමින් (න අඤ්ඤාසරණා), ධර්මය පිහිටක් කර ගනිමින් (ධම්මදීපා විහරථ භික්ඛවෙ, ධම්මසරණා, මහාපරිනිබ්බාන සූත්ත, දී.නි.2) ධර්මය සරණක් කර ගනිමින් ඉන් බැහැර දෙයක් පිහිට - පිළිසරණ කර නොගනිමින් (න අඤ්ඤාසරණා) අප්‍රමාදීව ධර්ම මාර්ගයෙහි හැසිරෙන ලෙස බුදුරජාණන් වහන්සේ අපව නිරතුරුව ටෙට්ටුවත් කළහ. අප වෙනුවෙන් අන්ත සසරෙහි අපමණ කැපවීමක් සිදු කළ බුදුරජාණන් වහන්සේට අප දක්වන සැබෑ ගෞරවය සැලකිල්ල නම් උන් වහන්සේ දේශනා කළ ධර්ම මාර්ගය ඔස්සේ සිත, කය, වචනය නිරතුරුව මෙහෙයවීමයි. ඒ අතර අන් අයට ද මෙම ධර්ම මාර්ගය කියා දෙමින් ඔවුන් ද මේ සදහම් මාවතට වහා වහාම ප්‍රවේශ කරවීමයි.

ක්‍රමයෙන් ගැඹුරු වන සදහම් මග

බුදුරජාණන් වහන්සේ ලොව පහළවීම නිසා සමාජයේ විවිධ ස්තරවල සිටින අයට තම තමන්ගේ ඤාණයේ හා උත්සාහයේ පමණට උන්වහන්සේගේ ඇසුරෙන් සහ සද්ධර්මය ශ්‍රවණය කිරීමෙන් කිසියම් ආකාරයකට ප්‍රතිඵල ලබා ගත හැකිය. ඊට හේතු වී ඇත්තේ බුදුරජාණන් දේශනා කළ ශ්‍රී සද්ධර්මයේ පවත්නා අනුපූර්ව ලක්ෂණය නිසයි. පහාරාද සූත්‍රයෙහි දැක්වෙන පරිදි මහසයුර වෙරළේ සිට ක්‍රමයෙන් ගැඹුරු වන්නාක් මෙන් තථාගත දේශිත ධර්මය අනුපූර්ව ශික්ෂා, අනුපූර්ව ක්‍රියා හා අනුපූර්ව ප්‍රතිපදා වශයෙන් ක්‍රමයෙන් ගැඹුරට යන්නකි. එබැවින් දුර්වල කායික හා මානසික සෞඛ්‍යයකින් සිටි මට්ටමකින් පිටි, හදිසි අනතුරකට පත් වීමට සිටි ජනිත මානවක වැනි තැනැත්තන්ගේ පටන් මහානුවණකින් හා උනන්දුවකින් සිටි බාහිය දරුවරිය, උපතිස්ස, පුක්කුසාති වැන්නවුන් දක්වා විවිධ කායික හා මානසික මට්ටම්වලින් සිටි අය මෙම දහමින් ඵල නෙළා ගත්හ. මේ සඳහා මනාසිතියත්, සාවධාන ඇහුම්කන්දීමත් බෙහෙවින් වැදගත් වේ.

සියලු බුදුවරුන්ගේ අනුශාසනය:-

ලොව පහළ වන සියලු සම්මා සම්බුදුරජාණන් වහන්සේලා ලොවට දේශනා කරන පොදු අවවාදයෙහි පවා ධර්මයෙහි පවත්නා අනුපූර්වභාවය එනම් ක්‍රමයෙන් ගැඹුරට යන ස්වභාවය දැක ගත හැකි ය.

*‘සබ්බපාපස්ස අකරණං කුසලස්ස උපසම්පද,
සචිත්ත පරියෝදපනං ඒතං බුද්ධානසාසනං’.* (ධම්මපද)

සද්ධර්මය ශ්‍රවණය කිරීමෙන් ප්‍රථමයෙන් ලැබෙන අවබෝධය නම් කම්මස්සකතා ඤාණයයි. එනම් තම සිත මුල්වී කරන කායික, වාචසික, මානසික ක්‍රියාවන්ට සිතෙහි ස්වභාවය අනුව දුක් හෝ සැප විපාක ලැබෙන බව පිළිබඳ අවබෝධයයි. අපිරිසිදු සිතින් කරන ක්‍රියාවන්ට දුක් විපාකත් පිරිසිදු සිතින් කරන ක්‍රියාවන්ට සැප විපාකත් ලැබෙන බව මෙමගින් අවබෝධය වේ. අපිරිසිදු සිතින් කරන ක්‍රියාවන්ට අනුව දුක් විපාක තමා පිටුපස පැමිණෙන්නේ ගොනා පිටුපස එන කරත්ත රෝදය මෙනි. පිරිසිදු සිතින් කරන ක්‍රියාවන්ට ලැබෙන සැප විපාක තම සෙවණැල්ල මෙන් තමා අත නොහැර පැමිණේ. මෙම අවබෝධයත් සමග හැකිතාක් පාපයන්ගෙන් දුරුව දන, සීල, භාවනා යන ත්‍රිවිධ පුණ්‍ය ක්‍රියාවන්හි නිරත වේ. ඒ අතර

දුකෙහි හටගැනීම හා නිරෝධය පිළිබඳ අවබෝධයෙන් යුතුව අවිද්‍යාවෙන් සිත පිරිසිදු කර සියලු දුක්වලින් සදහට නිදහස්වීමට ද උත්සාහ දරනු ඇත. *සබ්බපාපසස්ස...* ගාථාවෙන් දැක්වෙන පරිදි මූලදී අපාය මාවතින් මිදීමටත් ඉන්පසු කුසල් වඩා සුගතිගාමී මාවතට පිවිස අනතුරුව තුන් භවයෙන් ම නිදහස්ව සසර දුකින් මුළුමනින් ම මිදීමේ මාවත ද ක්‍රමයෙන් විස්තර කරනු ඇත.

බුදුරදුන් ධර්ම දේශනා කිරීමේ දී උපයෝගී කරගත් *දනකථා, සීලකථා, සග්ගකථා, කාමානං ආදීනවං, ඕකාරං සංකිලේසං, නෙක්ඛම්මේ ව ආනිසංසං ...* ආදී වශයෙන් දැක්වෙන දේශනා විලාසයෙන් ද ප්‍රකට වන්නේ බුදුදහමේ අනුසූරුව ප්‍රතිපදවයි. මූලදී ශ්‍රාවකයන්ගේ සිත දනය වෙත නැඹුරු කොට ඉන්පසු සීලය ආදී වශයෙන් ක්‍රමයෙන් සිත මෘදු බවට පත් කොට කෙලෙසුන්ගෙන් මිදීම දක්වා ආධ්‍යාත්මික සංවර්ධනය අනුශාසනා කරන අයුරු දැක ගත හැකිය.

සම්මාදිට්ඨියෙහි ප්‍රභේද :-

මහාවත්තාරීසක සූත්‍රයෙහි දැක්වෙන පරිදි සම්මාදිට්ඨියෙහි පියවර දෙකකි. එනම්

1. *අඤ්චිකිඛ්චේ සම්මාදිට්ඨී, සාසවා පුඤ්ඤභාගියා උපධිවේපක්ඛා*
2. *අඤ්චිකිඛ්චේ සම්මාදිට්ඨී, අරියා අනාසවා ලෝකුත්තරා මග්ගංගා*

මේ අනුව සම්මාදිට්ඨියෙහි මුල් පියවර කම්පල අදහන නුවණයි. මෙම සම්මාදිට්ඨියෙන් සුගතියට මග පෙන්වයි. එමගින් දුකින් සම්පූර්ණයෙන් නිදහස්වීමක් නොමැත. අවිද්‍යාව තවදුරටත් පවතින බැවිනි. සම්මාදිට්ඨියේ දෙවන පියවරින් දැක්වෙන්නේ ආර්ය වූ අනාසුව ලෝකෝත්තර සම්මාදිට්ඨියෙන් එනම් පටිච්චසමුප්පාදය පදනම් කොටගත් දුකෙහි හටගැනීම හා නිරෝධය පැහැදිලි කෙරෙන මනා නුවණයි. මේ අනුව මුලින් සුගතියෙහි සිත පිහිටුවා ඉන්පසු අනිත්‍ය, දුක්ඛ, අනාත්ම යන ත්‍රිලක්ෂණය අවබෝධ කර ගැනීම දක්වා වූ මාවත අනුසූරුව වශයෙන් දක්වා තිබේ.

ඤාණයෙහි ප්‍රභේද :-

සුතමය, චින්තාමය, භාවනාමය වශයෙන් ඤාණය පියවර තුනක් යටතේ විස්තර කොට තිබේ. ඒ අනුව කල්‍යාණ මිත්‍ර ඇසුරින් පළමුවෙන් පටිච්ච සමුප්පාදය පදනම් කොටගත් චතුරාර්ය සත්‍යය මිශ්‍රිත ධර්මය ශ්‍රවණය කිරීම සුතමය ඤාණයයි. ධර්ම මාර්ගය ආරම්භයෙහි දී ම මෙය අනිවාර්ය අංගයක් ලෙස බුදුදහමින් අවධාරණය කෙරේ. *ජානනෝ අහං භික්ඛවේ, පස්සනෝ ආසවානං ඛයං වදමී නො අජානනෝ නො අපස්සනෝ...* යනුවෙන් දැක්වෙන පරිදි කෙලෙසුන්ගෙන් සිත මුදවාගෙන දුකින් නිදහස්විය හැක්කේ ඒ පිළිබඳ මනා අවබෝධයක් පැවැති විටයි. මෙලෙස දහම් දැනුම ලැබීම සුත ධනය වශයෙන් ද පර්යාප්ති ශාසනය වශයෙන් ද බුදුදහමෙහි දක්වා තිබේ. ශ්‍රවණය කළ ධර්මය යළි යළිත් නුවණින් මෙනෙහි කිරීම චින්තාමය ඤාණයයි. තමා ලැබූ දැනුම වඩාත් ස්ථාවර වන්නේ එය නැවත නැවත සිහි කිරීමෙනි. සමථ - විදර්ශනා වශයෙන් භාවනා වඩමින් තමා ලැබූ දැනුම ජීවිතය තුළින් ගැඹුරින් පසක් කිරීම භාවනාමය ඤාණය වශයෙන් සදහන් වේ.

ආධ්‍යාත්මික ගමන් මග :-

සත්ත්වයන් ප්‍රධාන වශයෙන් දුකට පත් වන්නේ අවිද්‍යා සහගත සිතින් ඇස, කන, නාසය, දිව, කය යන අභ්‍යන්තර ආයතන පහ ඔස්සේ බාහිර රූප, ශබ්ද, ගන්ධ, රස, පොට්ඨබ්බ යන අරමුණු කෙරෙහි සිත බැස ගැනීම හේතුවෙනි. එබැවින් බුදුදහමින් පළමුවෙන් මග පෙන්වෙන්නේ විඤ්ඤාණය වෙත තම අවධානය යොමු කොට බාහිර අරමුණුවලින් සිත මුදවා ගැනීමටයි. එමගින් කෙලෙස් බොහොමකින් සිත රැක ගැනීමට අවස්ථාව ලැබෙන අතර දුක් රැසකින් මිදීමට ද අවස්ථාව උදාවේ. සිත සමාධිමත් කොට ධ්‍යාන වඩන අය පළමුවෙන් සිදු කරන්නේ බාහිර රූප, ශබ්දදියෙන් සිත මුදු ගැනීමයි. එමගින් කෙලෙස්

බර බොහොමයකින් සිත මුදවා ගත හැකි වේ. මෙහිදී බාහිර දෑ නිසරු, ආදීනව ලෙස දුටුව ද තම සිත නිත්‍ය, ආත්ම වශයෙන් සලකයි. එනිසා ප්‍රඥාව දියුණු කොට සිතෙහි ද පවත්නා අනිත්‍යාදී ලක්ෂණ මෙනෙහි කොට සිතෙන් ද නිදහස්වීමට බුදුදහමින් අනුශාසනා කෙරේ. මේ සඳහා චතුරාර්ය සත්‍යය පිළිබඳ මනා අවබෝධයක් මෙන් ම සතිසම්පජ්ඣාදිය ද අවශ්‍ය කෙරේ. එනම් සිතිය හා නුවණයි. මෙමගින් ද ප්‍රකට වන්නේ බුදුදහමේ අනුපූර්ව ප්‍රතිපදාවයි.

නුවණැති මනුෂ්‍යයකුගේ ජීවිත කාර්යභාරය:-

අංගුත්තර නිකායෙහි අභිඤ්ඤ සූත්‍රයෙහි සදහම් මගෙහි සම්පූර්ණ කළ යුතු පියවර පිළිබඳ පැහැදිලි විස්තරයක් සඳහන් වේ. ඒ අනුව නුවණැත්තකු විසින් තම නුවණින් සිදු කළ යුතු ප්‍රධානතම කරුණු හතරක් දක්වා තිබේ. එනම්,

1. නුවණින් අවබෝධ කළ යුත්තේ පංච උපාදනස්කන්ධයයි (රූප, වේදනා, සඤ්ඤ, සංඛාර, විඤ්ඤණ යන අංග).
2. නුවණින් ප්‍රභීණ කළ යුත්තේ අවිජ්ජා හා භවතණ්භාවයි.
3. නුවණින් වැඩිය යුත්තේ සමථ - විදර්ශනා දෙකයි.
4. නුවණින් සාක්ෂාත් කළ යුත්තේ විජ්ජා විමුක්ති දෙකයි.

ධර්ම ශ්‍රවණය කිරීමේ දී හා එම දහම අප ජීවිත තුළින් ක්‍රියාත්මක කිරීමේ දී මෙම කරුණු කෙතෙක් දුරට ඉටු වෙනවා ද යන්න පිළිබඳ පැහැදිලි අවබෝධයක් අප තුළ නිරතුරුව පවත්වා ගැනීම වැදගත් වේ.

බුදු දහමින් නිබඳව අපට අනුශාසනා කරන්නේ සැබෑ සතුට සැනසුම ලබන ආකාරයයි. එනම් දුකින් නිදහස් වීමේ මාවතයි. දුකින් නිදහස් වීමට නම් පවත්නා දුක හඳුනා ගැනීම මුලින් ම සිදු කළ යුතු ය. භාග්‍යවතුන් වහන්සේ ජාති, ජරා, ව්‍යාධි, මරණ, ප්‍රිය විප්‍රයෝග, අප්‍රිය සංයෝග ආදිය බුදුදහමේ දුක වශයෙන් සරලව දක්වා තිබුණ ද දුකෙහි මූලික පදනම වශයෙන් දැක්වෙන්නේ පංචුපාදනස්කන්ධයයි. එනම් අප ඇස්, කන්, නාසාදි ඉන්ද්‍රියවලින් රූප, ශබ්ද, ගන්ධාදිය ඔස්සේ අත්දැකීම් ලැබීමේදී රූප, වේදනා, සඤ්ඤ, සංඛාර, විඤ්ඤණ යන ස්කන්ධ පංචකය ක්ෂණිකව හටගෙන නිරුද්ධ වන බව නොදන්නා ස්වභාවයයි. ස්කන්ධ පවංකයේ යථා ස්වභාවය නොදන හොත් එහි අවිද්‍යා සහගතව සිත පතිත වීමෙන් පඤ්චුපාදනස්කන්ධය ගොඩනැගේ. එවිට තෘෂ්ණා, දෘෂ්ටි, මාන හටගැනීමත් දුක නිර්මාණය වීමත් නොවැළැක්විය හැක්කකි. මෙහි යථා ස්වභාවය වඩ වඩාත් තේරුම් ගැනීම තුළින් අවිද්‍යාව දුරුවන අතර එපමණට ලොවට ඇති ඇල්ම දුරු වේ. මෙම අවබෝධයත් සමග දුකින් නිදහස්වීමේ මාවත හඳුනාගෙන සමථ - විදර්ශනා නමැති මාවත ඔස්සේ පිළිවෙත් පුරමින් විද්‍යා විමුක්තිය සාක්ෂාත් කර ගැනීම සඳහා අප්‍රමාදීව කටයුතු සිදු කරනු ඇත. තම ජීවිත කුසුම සම්බුදු සසුන නමැති පියුම් විලෙහි සද්ධර්මය නමැති සූර්යාලෝකයෙන් විකසිත කර ගැනීමට උපරිම උත්සාහය දරනු ඇත. තම ජීවිතයට ලබා දිය හැකි උපරිම ගෞරවය එයයි. තම දෙමාපිය ගුරුවරාදීන්ට කළ හැකි උසස්ම මෙහෙවර එයයි. බුදුරදුන්ටත් සංසරත්නයටත් දැක්විය හැකි ඉහළම කෘතඥතාව ද එය වනු ඇත.

මෙලෙස දුකින් නිදහස් වීමේ දී අප ඊට අදළ ප්‍රමාණවත් දැනුමක් ලැබිය යුතු ව ඇත. ඒ සඳහා ප්‍රඥව වැඩීමට හේතු වන කරුණු වශයෙන් බුදුදහමෙහි දැක්වෙන

1. කල්‍යාණ මිත්‍ර ආශ්‍රය
2. සද්ධර්මශ්‍රවණය
3. යෝනිසෝ මනසිකාරය
4. ධර්මානුධර්ම ප්‍රතිපදාව (වුඩ්ඩි සුත්ත, සං.නි.)

යන කරුණු හතර හැකිතාක් තම ජීවිතය තුළ දියුණු කර ගැනීමට උත්සාහවත් විය යුතු ය. ධර්ම මාර්ගය ආරම්භයෙහි පටන් අවසානය දක්වා ම මෙම අංග හැකිතාක් දුරට වර්ධනය වන අයුරින් තම දෛනික ජීවන රටාව කළමනාකරණය කර ගැනීම අවශ්‍ය කෙරේ. ඒ අතර (කරුණිය)මෙත්ත සූත්‍රයෙහි දැක්වෙන දක්ෂ බව (සක්කෝ), සෘජු බව (උජු ව), වඩාත් සෘජු බව (සුජු ව) ආදි වශයෙන් සඳහන් ගුණාංග

උපරිම ලෙස තම ජීවිතය තුළින් ක්‍රියාත්මක කිරීමට උනන්දු විය යුතු ය. තව ද සතිපට්ඨාන සූත්‍රයෙහි දැක්වෙන පරිදි කාය, වේදනා, චිත්ත, ධර්ම යන ස්ථාන හතරෙහි නිතර සිහිය පිහිටුවා ගනිමින් සතිමත් බව නීතිපතා මොහොතක් පාසා වැඩි දියුණු කර ගැනීමට අප දක්ෂ වුවහොත් ප්‍රතිඵල ලැබීම ඉක්මන් වේ.

පටිච්චසමුප්පාදයේ අනුපූර්ව ක්‍රියාකාරීත්වය :-

බෝසත් උතුමකු වශයෙන් සසර බොහෝ කලක් අපරිමිත පරිත්‍යාගයක් හා කැපවීමක් කළ භාග්‍යවතුන් වහන්සේ අනාවරණය කර ගැනීමට උත්සාහ ගත්තේ දුකින් නිදහස්වීමේ මාවතයයි. තමන් ද දුකින් එතෙරව සසර දුක් විඳින අනෙක් සත්ත්වයන් ද ඉන් මුදවාලීම උත්වහන්සේගේ පැතුම විය (මුත්තෝභං මෝචයේ පරේ). මෙම ආධ්‍යාත්මික ගමනෙහි ඉහළ ම අනාවරණය නම් දුකෙහි හටගැනීම හා නිරෝධය පිළිබඳ ක්‍රියාකාරීත්වය වූ පටිච්චසමුප්පාද විචරණයයි. සත්ත්ව සන්තාගත සියලු දුක්වලින් නිදහස්වීමේ ඒකායන මාවත විචර වන්නේ පටිච්චසමුප්පාදය පිළිබඳ අවබෝධයත් සමඟයි. සම්බුද්ධත්වයට පත්වන දින රාත්‍රියෙහි බුද්ධගයා ජයශ්‍රීමහා බෝධි මූලයෙහි දී සිදුහත් බෝසතාණන් වහන්සේ යළි යළිත් නුවණින් මෙනෙහි කළේ මෙම පටිච්චසමුප්පාදයේ ක්‍රියාකාරීත්වය පිළිබඳවයි. සම්බුද්ධත්වයට පත් මුල් දින කිහිපයෙහි ද තමන් වහන්සේ ලද ආධ්‍යාත්මික සුව විඳිමින් පටිච්ච සමුප්පාදය අනුලෝම ප්‍රතිලෝම වශයෙන් යළි යළිත් නුවණින් සහ නිරාමිස ප්‍රීතියෙන් සිහිපත් කළහ. බුදුරදුන් පසක් කළ ලෝක යථාර්ථය වන මෙම පටිච්ච සමුප්පාදයෙන් ද ප්‍රකට වන්නේ බුදුදහමින් ප්‍රකාශිත අනුලෝම ක්‍රමයයි.

ගෝතම සූත්‍රයෙහි (සං.නි.2, 16 පිට) දැක්වෙන පරිදි භාග්‍යවතුන් වහන්සේ සම්බුද්ධත්වයට පත්වීමට කලින් ම සත්ත්වයන් දුක්විඳින ආකාරයේ අනුපිළිවෙළ අවබෝධ කළහ. ඒ අනුව ලෝසතුන් ජරා, ව්‍යාධි, මරණාදී වශයෙන් යළි යළිත් දුකට පත් වන්නේ කුමක් නිසාදැයි විමසා බැලූහ. එහිදී උත්වහන්සේට පෙනී ගියේ සත්ත්වයන් මෙලෙස දුකට පත් වන්නේ ජාති හෙවත් ඉපදීම නිසා බවයි. ඉපදීමට හේතුව කාම, රූප, අරූප වශයෙන් භවය හටගන්නා නිසා බවත් භවයට හේතුව කාම, දිට්ඨි, සීලබ්බත, අත්තවාද වශයෙන් පවත්වා උපාදන නිසා බවත් තවදුරටත් අවබෝධ විය. උපාදනයන්ට හේතුව තණ්හාව බවත් තණ්හාවට හේතුව වේදනා බවත් වේදනාවට හේතුව ස්පර්ශය බවත් ස්පර්ශයට හේතුව සලායතන බවත් සලායතනයන්ට හේතුව නාමරූප බවත් නාමරූපයන්ට හේතුව විඤ්ඤුණ බවත් විඤ්ඤුණයට හේතුව සංඛාර බවත් සංඛාරයන්ට හේතුව අවිද්‍යාව බවත් වශයෙන් දුකෙහි ආරම්භය දක්වා හේතු සියල්ල ප්‍රත්‍යක්ෂ විය. සත්ත්වයන් දුකට අත්විඳින ජරා, ව්‍යාධි, මරණ, ප්‍රියවිප්‍රයෝග ආදී කිසියම් දුකක් වේ නම් ඒ සියල්ලෙහි මූල හේතුව අවිද්‍යාව හෙවත් දුකෙහි හටගැනීම හා නිරෝධය පිළිබඳ නොදැනීම බව මැනැවින් අවබෝධ කළහ. එනම් රූප, වේදනා, සඤ්ඤ, සංඛාර, විඤ්ඤුණ යන පච්චාදනස්කන්ධයේ හටගැනීමයි. මෙම අවබෝධය හුදෙක් අප ගෞතම සම්මා සම්බුදුරජාණන් වහන්සේට පමණක් නොව ඊට කලින් ලොව පහළ වි සිටි විපස්සී, සිඛී, වෙස්සභු, කකුසද, කෝණාගම, කස්සප යන සම්මා සම්බුදු රජාණන් වහන්සේලාට ද ඒ අයුරින් ම ලැබුණු බව භාග්‍යවතුන් වහන්සේට පෙනිණ. එසේ නම් මෙම සියලු දුක්වලින් නිදහස්වීමේ ඒකායන මාවත අවිද්‍යාව දුරු කිරීම බවත් අවිද්‍යාව දුරු වන විට සංඛාර, විඤ්ඤුණ, නාමරූප, සලායතන, එස්ස, වේදනා, තණ්හා, උපාදන, භව, ජාති, ජරාමරණාදී සියලු දුක් නිම වන බවත් මැනැවින් පසක් විය.

අවිද්‍යාව සිද්ධිඳ දමා පටිච්චසමුප්පාදය වක්‍රයෙන් නිදහස්වීම :-

අවිද්‍යාව දුරු කිරීම සඳහා චතුරාර්ය සත්‍යය අවබෝධයෙන් යුතු හේතුඵල දහම පිළිබඳ අවබෝධයක් ලැබීම අවශ්‍ය වේ. ඒ අනුව ස්කන්ධ, ආයතන, ධාතු, නාමරූප, පටිච්චසමුප්පාද යන ජීවිතයට සම්බන්ධ සැබෑ යථාර්ථයෙහි ස්වභාවය තේරුම් ගැනීම අවශ්‍ය කෙරේ. එනම් සැබෑ ලෙස අපගේ ජීවිතයට

සිදුවන්නේ කුමක්ද යන්න පිළිබඳ අවබෝධයයි. සසරගත දුකින් සපුරා නිදහස්වීමට හැකියාව ලැබෙන්නේ මෙම අවබෝධය ලද පමණකි.

යමකු ජීවත් වෙනවා යනු ඇස, කණ, නාසය, දිව, කය, මන යන අභ්‍යන්තර ආයතන හයට රූප, ශබ්ද, ගන්ධ, රස, පොට්ඨබ්බ, ධම්ම යන අරමුණු පතිත වීම් වශයෙන් අද්දකීම් ලැබීමයි. මෙහිදී සිදුවන සැබෑ තත්ත්වය නුවණින් තේරුම් ගැනීම බෙහෙවින් වැදගත් වේ. එක් විටෙක අද්දකීම් ලැබෙන්නේ ඇස ආදී එක් ආයතනයක් මගින් පමණි. එහෙත් ආයතනයන්හි පවත්නා වේගවත් බව නිසා එක විට ආයතන කිහිපයක් හෝ සියල්ල ක්‍රියාත්මක වෙනවා යැයි හැගේ. කුමන ආයතනය සක්‍රිය වුව ද රූප, වේදනා, සඤ්ඤ, සංඛාර, විඤ්ඤණ යන ස්කන්ධ පංචකය එකට ම හටගෙන එකට ම නිරුද්ධ වේ. ඇස ආදී ආයතන මෙන් ම රූප ආදී ස්කන්ධයන්හි ස්වභාවය නම් ඒවා පෙර නොතිබී හටගෙන ඉතිරි නැතිව නිරුද්ධවීමයි (අනුඤා සම්භූතං භුඤා න හවිස්සති). එහෙත් අප තුළ පවත්නා අවිද්‍යාව හේතුවෙන් අද්දකීම් ලැබීමට ප්‍රථම ඒවා නිත්‍ය වශයෙන් පැවැත අද්දකීමෙන් පසුව ද නිත්‍ය වශයෙන් ඉතිරි වේ යැයි හැගේ. තවද ඇස, කන ආදී ඉන්ද්‍රිය ඔස්සේ රූප, ශබ්දදිය පිළිබඳ අද්දකීම් ලැබෙන විට එම අද්දකීම් තිබෙන ආකාරයෙන් ම තමාට දැනෙනවා යැයි හැගේ. එවිට බාහිර රූප, ශබ්දදියෙහි සිත බැස ගනී. එසේ සිත බැසගත් කල්හි සැප හෝ දුක තමා වෙත පැමිණෙන්නේ බාහිර රූප, ශබ්දදිය නිසා යැයි සිතේ. දුක හට ගන්නේ මෙම අවිද්‍යාව හෙවත් අනවබෝධය හේතුවෙනි.

මෙලෙස අප තුළ පවත්නා අවිද්‍යාව හේතුවෙන් රූපාදි කිසියම් අරමුණක් ඇස ආදී ආයතන හා සම්බන්ධ වීමේ දී අයෝනිසෝ මනසිකාරයෙන් තේරුම් ගත හොත් පංචුපාදනස්කන්ධය හටගන්නා අතර එමගින් ජරා, මරණාදියෙන් දුකට පත් වේ. දුකින් නිදහස් වීමේ මූලික පදනම පවතින්නේ මෙම වැරදි අදහසින් දුරුවීම මතයි. ඇස, කණ ආදී අභ්‍යන්තර ආයතන මෙන් ම රූප, ශබ්දදි බාහිර ආයතන ද පෙර නොතිබී හටගෙන ඉතිරි නැතිව නිරුද්ධ වන ආකාරය නුවණින් දකීමට අප සමත් වුවහොත් සංස්කාර රැස් නොවේ. හේතු ඇති විට අද්දකීම් (නැතහොත් ස්කන්ධ පංචකයක්) හටගන්නා බවත් (අස්මිං සති ඉදං භෝති), හේතු නැති විට අද්දකීම් නිරුද්ධ වන බවත් (අස්මිං අසති ඉදං න භෝති) මෙහිදී අවබෝධ වේ. තවද හේතු ඇති වීමෙන් අද්දකීම් හටගන්නා බවත් (ඉමස්ස උප්පාද ඉදං උප්පජ්ජති), හේතු නිරුද්ධ වීමෙන් අද්දකීම් නිරුද්ධ වන බවත් (ඉමස්ස නිරෝධා ඉදං නිරුප්ප්ඤති) පිළිබඳ අවබෝධය ලැබේ. ඒ අතර රූපාදි ස්කන්ධ පංචකයේ හටගැනීම දකින නුවණැති ශ්‍රාවකයා 'නැත' යන උච්ඡේද අන්තයෙන් දුරු වේ. එලෙස හටගන්නා ස්කන්ධ පංචකය හේතු නැති වීමෙන් නිරුද්ධ වන බව දකින ශ්‍රාවකයා 'ඇත' යන ශාශ්වත අන්තයෙන් ද මිදේ. මෙලෙස එක ම සමයේ දර්ශනයෙන් 'ඇත', 'නැත' යන අන්ත දෙකින් ම දුරු විය යුතු ය. 'දිට්ඨිං ච අනුපගම්ම සීලවා දස්සනෙන සම්පන්නෝ' යනුවෙන් සඳහන් වන්නේ ඉහත දැක්වූ අන්ත දෙකින් දුරුවීමේ මාවතයි. පටිච්චසමුප්පාදය පාදක කොටගත් හටගැනීම හා නිරුද්ධවීම පිළිබඳ මෙම දර්ශනය බුදුදහමේ අනිත්‍යතාව නමින් හැඳින්වේ. අනිත්‍යතාව තේරුම් ගත් පමණකි දුකත් අනාත්මතාවත් තේරුම් ගත්තේ වේ (යදනිච්චං තං දුක්ඛං. යං දුක්ඛං තදනන්තා). අනිත්‍යාදී මෙම ත්‍රිලක්ෂණය අවබෝධ කළ කල්හි දුකෙහි කලකිරෙන අතර එය දුකින් නිදහස්වීමේ මාවතයි (එස මග්ගෝ විසුද්ධියා). ඒ අනුව රූප, වේදනාදී ස්කන්ධ පංචකයන් ඇස, කණ ආදී අභ්‍යන්තර ආයතනත් රූප, ශබ්ද ආදී බාහිර ආයතනත් නාම - රූප - විඤ්ඤණත් යන සත්ත්ව ජීවිතය හා සම්බන්ධ සියලු කායික හා මානසික ක්‍රියාකාරීත්වයන්හි පවත්නා අනිත්‍යතාව මැනවින් වැටහේ. ඒ සියල්ල හැම මොහොතක ම හටගෙන නිරුද්ධ වන ආකාරය මැනවින් ප්‍රත්‍යක්ෂ වේ.

මෙම අවබෝධය ලද පමණකි ඇස, කන, නාසය, දිව, කය යන පංච ඉන්ද්‍රියයන්ට රූප, ශබ්ද, ගන්ධ, රස, ස්පර්ශ ලැබෙන විට එය ක්ෂණිකව නිරුද්ධ වී එය හඳුනා ගන්නේ මනසෙහි ස්වභාවය අනුව බවත් එලෙස ලබන අත්දැකීම් පෙර නොතිබී හේතු ඇති විට හටගෙන හේතු නිරුද්ධ වීමෙන් නිරුද්ධ වන බවත් පිළිබඳ අවබෝධය ලැබේ. මෙම අවබෝධය ලද පමණකි අවිද්‍යා සහගත සංස්කාර හට නොගන්නා බවත් ඊට අනුරූපව අවිද්‍යා සහගත විඤ්ඤණය හට නොගෙන තණ්හා උපාදනාදියෙන් දුරු වන විට ජරා, ව්‍යාධි, මරණාදී දුක්චලින් නිදහස් විය හැකි බවත් පිළිබඳ මනා අවබෝධයක් ලැබේ.

මෙම අවබෝධය මුලදී සුතමය ඥාණයෙන් දැනගෙන වින්තාමය ඥාණයෙන් යළි යළිත් සිහි කරමින් සමථ විදර්ශනා වශයෙන් භාවනා වඩමින් ජීවිතය තුළ ස්ථාවර කර ගත යුතු ව ඇත. ධර්ම ශ්‍රවණයෙන් ශ්‍රද්ධාව දියුණු කරගත් ශ්‍රාවකයා භාග්‍යවතුන් වහන්සේ, ධර්මය හා සංඝයා යන තෙරුවන කෙරෙහි බලවත් විශ්වාසයෙන් දුකින් නිදහස්වීමේ ඒකායන ප්‍රතිපදාව ලෙස සලකා මෙම මාවතෙහි ස්ථාවරව පිහිටා සිටීමට අප්‍රමාදීව ක්‍රියා කරනු ඇත.

අභිඤ්ඤ සුත්‍රයෙහි (අං.නි.) දක්වෙන පරිදි දුකින් නිදහස් වනු රිසි නුවණැති කෙනෙකු විසින් ලැබිය යුතු ඉහළ ම අධ්‍යාපනය සේ දක්වා ඇත්තේ රූප, වේදනා, සඤ්ඤ, සංඛාර, විඤ්ඤාණ යන පංචුපාදනස්කන්ධය යළි යළිත් හටගැනීම (සමුදය), නැතිවීම (වය), ආස්වාද (අස්සාද), එහි භයානකබව (ආදීනව), එහි නොඇලීම (නිස්සරණ) වශයෙන් නුවණින් මෙතෙහි කිරීමයි. ආධ්‍යාත්මික ගමන් මගෙහි හැම ස්තරයක ම සිටින අය විසින් දිවිහිමියෙන් මෙලෙස විදර්ශනා කිරීම බුදුදහමින් අවධාරණය කොට තිබේ.

සම්මාදිට්ඨි සුත්‍රයෙහි (ම.නි.) දක්වෙන පරිදි ප්‍රඥාව හෙවත් සම්මාදිට්ඨිය උපදවා අවිද්‍යාව දුරුකරලනු සඳහා පටිච්චසමුප්පාද දර්ශනයෙහි පිහිටා කර්ම, ආහාර, සච්ච, ජරා-මරණ, ජාති, භව, උපාදාන, තණ්හා, වේදනා, එස්ස, සලායතන, නාමරූප, විඤ්ඤාණ, සංඛාරා, අවිජ්ජා, ආසව යන කරුණු සහ ඒවායේ සමුදය, නිරෝධය, නිරෝධගාමිනීපටිපද අංග තේරුම් ගැනීමේ වැදගත්කම අවධාරණය කර තිබේ. මෙලෙස නුවණින් කටයුතු කළ පමණට ඇස, කන ආදී ආයතනයන්හි හටගැනීම නිරුද්ධවීම පිළිබඳ ප්‍රඥාව තවදුරටත් දියුණු වී ආයතන කුසලතාව ද වර්ධනය වේ. එනම් හැම මොහොතක ඇස, කන ආදී ආයතන හේතු ඇතිවීමට හටගන්නා බවත් එක ආයතනයකින් කරන කාර්ය අනික් ආයතනයෙන් ඉටු නොවන බවත් තමා ලබන අද්දකිම් ඇස, කන ආදී ආයතනයන්ට අයිති නොවන බවත් පිළිබඳ අවබෝධයයි.

මෙම ප්‍රතිපදාවෙහි අඛණ්ඩව නියැලීමේ ප්‍රතිඵල වශයෙන් ක්‍රමයෙන් සම්මාදිට්ඨිය හෙවත් ප්‍රඥාව දියුණු වන අතර එපමණට ක්‍රමයෙන් අවිද්‍යාව ද දුරුවේ. අවිද්‍යාව දුරුවන පමණට ලෝභ, ද්වේෂ ද ක්‍රමයෙන් දුරු වනු ඇත. එපමණට ජරා, ව්‍යාධි, මරණාදී දුක්වලින් නිදහස්වීමට ද අවස්ථාව උදාවේ. එහි අවසාන ප්‍රතිඵලය නම් ඇස, කන ආදී ඉන්ද්‍රියවලට රූප, ශබ්දදී අරමුණු පතිත වූ සැණින් ම ඒවායේ ක්ෂණික හටගැනීම හා නිරෝධය ප්‍රත්‍යක්ෂ වී දුටු දෙයෙහි දැකීම පමණක් ය (දිට්ඨෙ දිට්ඨමන්තං), ඇසු දෙයෙහි ඇසීම පමණක් ය (සුනෙ සුනමන්තං), හඳුනාගත් දෙයෙහි දැකීම පමණක් ය (මුනෙ මුනමන්තං), දැනගත් දෙයෙහි දැනගැනීම පමණක් ය (විඤ්ඤනෙ විඤ්ඤනමන්තං) යන අවබෝධය ලැබේ. ඒ අනුව දුක පිරිසිඳ දැනගත් (පරිඤ්ඤා) බවත් දුකට හේතුව වූ තෘෂ්ණාව දුරුකළ (පහීන) බවත්, දුකේ නිරෝධය වූ නිවන සාක්ෂාත් කළ බවත් (සච්ඡිකත), දුක්ක නිරෝධගාමිනී පටිපදාව නම් වූ ආර්ය අෂ්ටාංගික මාර්ගය වැඩු (භාවිත) බවත් පිළිබඳ අවබෝධය (කෘත්‍ය ඥානය) තහවුරු වේ. ඒ සමඟ ම සද්ධා, විරිය, සති, සමාධි, පඤ්ඤා යන ඉන්ද්‍රිය ධර්මයන්හි ද පරිපූර්ණත්වයට පත් වේ.

ලොව පහළවන සියලු ම සම්මා සම්බුදුරජාණන් වහන්සේලා හා පසේබුදුරජාණන් වහන්සේලා පටිච්චසමුප්පාදය පාදක කොට හටගන්නා දුකෙහි හටගැනීම හා නිරෝධය තම නුවණින් ම ප්‍රත්‍යක්ෂ කොට පටිච්චසමුප්පාද වක්‍රයෙන් අතමිදී දුකින් නිදහස් වෙති. ශ්‍රාවකයන් දුකින් නිදහස් වන්නේ සම්බුදුවරයන් වහන්සේ නමකගෙන් හෝ ශ්‍රැතවත් ශ්‍රාවකයකු වෙතින් එම දහම ශ්‍රවණය කිරීමෙනි. එද භාග්‍යවතුන් වහන්සේ පස්වග තවුසන්ට 'යං කිඤ්චි සමුදය ධම්මං සබ්බං තං නිරෝධධම්මං' යනුවෙන් දේශනා කළේ මෙම දර්ශනයයි. අස්සජ මහරහතන් වහන්සේ උපතිස්ස පරිබ්‍රාජකයාට 'යේ ධම්මා හේතුප්පභවා තේසං හේතු නථාගනෝ ආහ...' යනුවෙන් දේශනා කළේ ද මෙම යථාර්ථයයි. බුදුරජාණන් වහන්සේ බාහිර දරුවීරියට 'එවං හිනේ බාහිය සික්ඛිනබ්බං, දිට්ඨෙ දිට්ඨමන්තං සුනේ සුනමන්තං මුනෙ මුනමන්තං විඤ්ඤනෙ විඤ්ඤනමන්තං ...' යනුවෙන් දේශනා කළේ ද මෙම දහමයි. හේතු ඇති වීම දුක හටගන්නා බවත් හේතු නිරුද්ධවීමෙන් දුක නිරුද්ධ වන බවත් වශයෙන් දක්වා ඇත්තේ ද මෙම සත්‍යයයි (හේතුං පටිච්චසම්භුතං හේතුභංගා නිරුප්පකනි). සැබෑ ලෙස ශ්‍රී සද්ධර්මය දැන දැක ගන්නේ පටිච්චසමුප්පාද අවබෝධය තුළිනි (යෝ පටිච්චසමුප්පාදං පස්සති සෝ ධම්මං පස්සති). ධර්මය දැන දැක ගත් විට

බුදුරජාණන් වහන්සේ ද හඳුනා ගත්තේ වෙයි (යෝ ධම්මං පස්සති සෝ මං පස්සති). ඒ අනුව බුදුරජාණන් වහන්සේ මෙන් ම සද්ධර්මය හඳුනා ගත හැකි මාවත වන්නේ ද පටිච්චසමුප්පාදය පිළිබඳ අවබෝධයයි.

හේතුඵල දහම ඔස්සේ පටිච්චසමුප්පාද අවබෝධය තුළින් සුතමය ඥාණය ලද තැනැත්තාට දුකින් නිදහස්වීමේ ඒකායන මාවත වශයෙන් බුදුදහමේ දක්වන්නේ සතර සතිපට්ඨානය වැඩීම පෙනී යයි. එනම් තමාගේ කය හා සිත පිළිබඳ පරිපූර්ණ අවධානයෙන් සිටිමින් එහි අනිත්‍යතාව ප්‍රත්‍යක්ෂ කිරීමයි. සවිස්තරව දක්වතොත් වර්තමානයෙහි සිහිය පවත්වා ගනිමින් කය, වේදනා, සිත හා සිතිවිලි පිළිබඳ සිත පිහිටුවමින් ඒවායෙහි ඇතිවීම් - නිරුද්ධවීම් නුවණින් මෙනෙහි කිරීමයි. සතර සතිපට්ඨානය තුළින් ද ප්‍රකට වන්නේ බුදුදහමේ අනුපූර්ව ප්‍රතිපදාවයි. ආර්ය අෂ්ටාංගික මාර්ගය වශයෙන් ද සීල, සමාධි, පඤ්ඤා නැතහොත් පඤ්ඤා, සීල, සමාධි, විමුක්ති, විමුක්ති ඤාණ වශයෙන් ද මෙම ප්‍රතිපදාව විස්තර වේ.

සත්තිස් බෝධිපාක්ෂික ධර්ම

චතුරාර්ය සත්‍යාවබෝධයෙන් නිවන් සුව සාක්ෂාත් කරලනු සඳහා වැඩිය යුතු ධර්ම සියල්ල ඒකරාශී කොට සංග්‍රහ කිරීම් වශයෙන් දක්වා ඇති ගුණාංග 37 සත්තිස් බෝධිපාක්ෂික ධර්ම වශයෙන් නම් කොට තිබේ. මජ්ඣිම නිකායෙහි (2, 346-348 පිට) මහාසකුලුදයී සූත්‍රය, අංගුත්තර නිකායෙහි (5, 82 පිට) පහාරාද සූත්‍රය වැනි තැන්හි මේ පිළිබඳව විස්තර සඳහන් ව ඇත. තවද මෙම ගුණාංග 37ට අයත් කොටස් සමස්ත ත්‍රිපිටකය පුරා ම බොහෝ තැන්හි ඒ ඒ ප්‍රභේද යටතේ නිතර පැහැදිලි කොට තිබෙනු දැක ගත හැකිය. සම්බුදු සසුන නමැති මහසයුර පතුලෙහි තැන්පත් ව ඇති රන් රුවන් බදු මහාර්ඝ වස්තු වශයෙන් මෙම කරුණු බුදුදහමෙහි විස්තර කර තිබේ. සම්බුදු සසුන කෙරෙහි ශ්‍රාවකයන් සිත අලවා වාසය කරන්නේ සතර සතිපට්ඨානය, සතර සමාස් ප්‍රධාන වීර්ය ආදී මෙම අනර්ඝ වස්තු කෙරෙහි අපමණ ශ්‍රද්ධාවෙන් හා ප්‍රසාදයෙන් යුක්තවයි.

බුදුරජාණන් වහන්සේ වදළ හැම දහම් පදයකින් ම විස්තර වන්නේ අවිද්‍යා අදුර දුරු කොට විද්‍යාව හෙවත් ප්‍රඥලෝකය උපදවා ගත හැකි මාවතයි. එනම් කල්‍යාණමිත්‍ර ආශ්‍රයෙන් ධර්ම ශ්‍රවණය කොට එම දහම නුවණින් මෙනෙහි කොට සම්මාදිට්ඨිය උපදවා ගැනීමයි. ඇසූ ධර්මය තවදුරටත් වින්තාමය ප්‍රඥාවෙන් සම්මර්ශනය කොට සමඵ විදර්ශනා වශයෙන් සිත හා ප්‍රඥාව දියුණු කොට සම්මාදිට්ඨියේ උපරිම තලයට පත්වීම ශ්‍රාවකයාගේ අභිලාශය විය යුතු ය. 'ජානනෝ අහං භික්ඛවේ පස්සනෝ ආසවානං බයං වදමී. නො අජානනෝ නො අපස්සනෝ' යනුවෙන් දක්වෙන පරිදි ආසුවයන්ගෙන් සිත මුදවාලිය හැකි වන්නේ ඊට අදළ දහම් මග මැනවින් දන්නා දක්නා තැනැත්තාට බව භාග්‍යවතුන් වහන්සේ පැහැදිලිව සඳහන් කරති. ඒ අනුව දුකෙහි හට ගැනීම හා එහි නිරෝධය සිදු වන ආකාරය පිළිබඳ පැහැදිලි අවබෝධයක් නිවන් මග වැඩීම ආරම්භයෙහි දී ම ඇති කර ගැනීම අවශ්‍ය වේ. විස්තරාත්මක ව සඳහන් කළහොත් චතුරාර්ය සත්‍යය පිළිබඳ පැහැදිලි අවබෝධයයි. එනම් දුක්ඛ, සමුදය, නිරෝධ, මාර්ග යන කරුණු හතර පිළිබඳ වූ ආර්ය සත්‍ය හතර පිළිබඳ මනා වැටහීමයි. ඒ අනුව දුක යනු කවරක් ද යන්න මූලින් ම අවබෝධ කර ගත යුතුව ඇත. ඇස, කන ආදී ඉන්ද්‍රිය ඔස්සේ රූප, ශබ්දදී අරමුණු විෂයයෙහි අද්දැකීමක් ලැබෙන විට එම රූපාදිය බාහිර ඇතැයි අවිද්‍යා සහගත සිතින් ගැනීම දුක්ඛ ආර්ය සත්‍යයයි. එනම් රූප, වේදනා, සඤ්ඤා, සංඛාර, විඤ්ඤාණ යන ස්කන්ධ පංචකය ගොඩනැගීමයි. එම දුක හටගැනීමට හේතුව නම් තම ජීවිතය පිළිබඳ තෘෂ්ණා සහගත ව ඇතිකර ගන්නා නන්දී රාගයයි, නැතහොත් ජීවිත ආශාවයි. දුක්ඛ සමුදයාර්ය සත්‍යය යනු මෙයයි. මෙම ජීවිත ආශාව හෙවත් නන්දී රාගය ඇති විට බාහිර දෑ පිළිබඳවත් තම සිත පිළිබඳවත් ආරක්ෂාව උදෙසා බාහිර දේ ළං කර ගන්නා අතර තම ජීවිතයට අහියෝග වන දෑ පිළිබඳ ගැටෙයි, ද්වේෂ කරයි. මෙලෙස දුක හා සමුදය ශ්‍රැතවක් ශ්‍රාවකයකු වෙතින් අසා දැන ගන්නා නුවණැති තැනැත්තා එම දුක හට නොගන්නා පරිදි තම සිහිය හා නුවණ දියුණු කර ගනියි. එනම් තම ජීවිතාශාව හටනොගන්නා පරිදි ඊට ඇති ඇල්ම සපුරා දුරු කරයි. මෙය දුක්ඛ නිරෝධාර්ය සත්‍යයයි. මෙම අවබෝධය ඇති විට ඊට මාවත වූ ආර්ය අෂ්ටාංගික මාර්ගය තමා ජීවත් වන ජීවන රටාව බවට පත් කර ගනියි. එය දුක්ඛ නිරෝධගාමිනී පටිපදාර්ය සත්‍යයයි. සත්‍ය ඥාන හෙවත් අවබෝධාත්මක මට්ටමේ දී ආර්ය අෂ්ටාංගික මාර්ගය ආරම්භ වන්නේ සම්මාදිට්ඨියෙනි. එනම් චතුරාර්ය සත්‍යය පිළිබඳ අවබෝධයෙන් යුතු ප්‍රඥාවෙනි.

එහෙත් එය ප්‍රතිපදාවක් ලෙස වඩන විට එනම් කෘත්‍ය ඥාන වශයෙන් යෙදීමේ දී එය ආරම්භ වන්නේ සීලයෙනි. මේ අනුව එකම ආර්ය අෂ්ටාංගික මාර්ගය සත්‍ය ඥානයේ දී ප්‍රඥාවෙන් ද කෘත්‍ය ඥානයේ දී ශීලයෙන් ද ආරම්භ වන බව පැහැදිලි වේ. ශ්‍රැතවත් ශ්‍රාවකයකු ලෙස ආර්ය අෂ්ටාංගික මාර්ගය වැඩීමේ දී අංග අටකින් යුක්ත වන (අවිධංග සමන්තාගතෝ සේධෝ) මෙම මාවත ප්‍රගුණ කොට නිමාවට පත් වන විට එනම් කෘත්‍ය ඥාන අවස්ථාවේ දී එය සම්මාඤ්ඤ හා සම්මාවිමුක්ති වශයෙන් අංග දහයක් බවට පත් වේ (දසංගසමන්තාගතෝ අරහා).

චතුරාර්ය සත්‍යය පිළිබඳ මෙලෙස ශ්‍රැතමය ඥානය ලැබූ ශ්‍රාවකයා ධර්ම මාර්ගය ආරම්භයෙහි පටන් විද්‍යාවිමුක්තිය අවසන් කොට ඇති සම්පූර්ණ ප්‍රතිපදාව ම පිළිබඳ මනා දැනුමක් ඇති කර ගනී. අංගුත්තර නිකායෙහි දශක නිපාතයෙහි අවිද්‍යා සූත්‍රයෙහි සඳහන් වන විමුක්තිගාමී මාවතෙහි අනුපූර්ව ප්‍රතිපදාව දැන සිටීම ද මෙහිලා වැදගත් වේ. ඒ අනුව

1. විද්‍යාවිමුක්ති සාධනයට හේතුව සත්තබොජ්ඣංගයයි.
2. සත්තබොජ්ඣංගයට හේතුව සතර සතිපට්ඨානයයි.
3. සතර සතිපට්ඨානයට හේතුව ත්‍රිවිධ සුවර්තයයි.
4. ත්‍රිවිධ සුවර්තයට හේතුව ඉන්ද්‍රිය සංවරයයි.
5. ඉන්ද්‍රිය සංවරයට හේතුව සතිසම්පජ්ඤ්ඤයයි.
6. සතිසම්පජ්ඤ්ඤයට හේතුව යෝනිසෝමනසිකාරයයි.
7. යෝනිසෝමනසිකාරයට හේතුව ශ්‍රද්ධාවයි.
8. ශ්‍රද්ධාවට හේතුව සද්ධර්මශ්‍රවණයයි.
9. සද්ධර්මශ්‍රවණයට හේතුව සත්පුරුෂ ආශ්‍රයයි.

අවිද්‍යා සූත්‍රයට අනුව සත්පුරුෂ ආශ්‍රය ලැබෙන විට සද්ධර්මය ශ්‍රවණය කිරීමට අවස්ථාව උදාවේ. සද්ධර්ම ශ්‍රවණයෙන් තථාගතයන් වහන්සේගේ සම්බුද්ධත්වය පිළිබඳ විශ්වාසය නම් වූ ශ්‍රද්ධා හටගනී. ශ්‍රද්ධාව හටගත් කල්හි අකුසල් දුරු කොට කුසල් වැඩීමේ මානසිකත්වය නම් වූ යෝනිසෝ මනසිකාරය දියුණු වේ. යෝනිසෝ මනසිකාරය ඇති විට සිහිය හා නුවණ නම් වූ සතිසම්පජ්ඤ්ඤය ඇති වේ. සතිසම්පජ්ඤ්ඤය ඇති විට ඇස, කන ආදී ඉන්ද්‍රියයන්හි සංවරය දියුණු වේ. ඉන්ද්‍රිය සංවරය ඇති විට කය, වචනය, සිත යන තුන් දෙරෙහි සුවර්තවත් බව ඇති වේ. ත්‍රිවිධ සුවර්තය ඇති විට කාය, වේදනා, චිත්ත, ධම්ම යන සතර සතිපට්ඨානයෙහි සිත පිහිටයි. එනම් තම කය හා සිත පිළිබඳ මනා අවධානයෙන් හා නුවණින් ක්‍රියා කිරීමට පෙළඹේ. සතර සතිපට්ඨානය නමැති භූමියෙහි පිහිටා සිටින විට සති, ධම්මවිචය, විරිය, පීති, පස්සද්ධි, සමාධි, උපෙක්ඛා යන බොජ්ඣංග ධර්ම දියුණු වේ. මෙම ආධ්‍යාත්මික ගමන් මග කෙළවර වන්නේ විද්‍යා විමුක්තිය සාක්ෂාත් කිරීමෙනි.

මෙම ආධ්‍යාත්මික ගමන් මග පිළිබඳ මනා අවබෝධයක් සමඟ සතර සතිපට්ඨානය පාදක කොට ඇති සත්තිස් බෝධිපාක්ෂික ධර්ම කෙරෙහි ම වැටහීමක් ඇති කර ගනී. එම ධර්ම 37 සංක්ෂිප්තව මෙලෙස දැක්විය හැක.

සතර සතිපට්ඨාන (චන්තාරෝ සතිපට්ඨානා = The Fourfold Mindfulness)

- කායානුපස්සනා
- වේදනානුපස්සනා
- චිත්තානුපස්සනා
- ධම්මානුපස්සනා

සතර සමාස්තප්‍රධාන වීරිය (චන්තාරෝ සම්මප්පධානා = The Four Right Efforts)

නූපන් පවිටු අකුසල් නූපදවීමට දරන කැමැත්ත උත්සාහය
 උපන් පවිටු අකුසල් නැති කිරීමට දරන උත්සාහය
 නූපන් කුසල් දහම් ඉපදවීමට දරන කැමැත්ත උත්සාහය
 උපන් කුසල් දහම් වැඩිදියුණු කිරීම සඳහා දරන උත්සාහය

සතර සාද්ධිපාද (චන්තාරෝ ඉද්ධිපාදා = The Four Roads of Powers)

ඡන්ද
 චිත්ත
 විරිය
 විමංසා

පංච ඉන්ද්‍රිය (පඤ්ච ඉන්ද්‍රියානි = The Five Spiritual Faculties)

සද්ධා
 විරිය
 සති
 සමාධි
 පඤ්ඤා

පංච බල (පඤ්ච බලානි = The Five Spiritual Powers)

සද්ධා
 විරිය
 සති
 සමාධි
 පඤ්ඤා

සත්ත බොජ්ඣංග (සත්ත බොජ්ඣංගා = The Seven Factors of Enlightenment)

සති
 ධම්මච්චය
 විරිය
 පීති
 පස්සද්ධි
 සමාධි
 උපෙක්ඛා

ආර්ය අෂ්ටාංගික මාර්ග (අරියෝ අට්ඨංගිකෝ මග්ගෝ = The Noble Eightfold Path)

සම්මාදිට්ඨි
 සම්මාසංකප්ප
 සම්මාවාචා
 සම්මාකම්මන්ත
 සම්මාආජීව
 සම්මාවායාම
 සම්මාසති
 සම්මාසමාධි

දුකින් නිදහස්වීමේ ඒකායන මාවත ලෙස භාග්‍යවතුන් වහන්සේ පනවා ඇත්තේ සතර සතිපට්ඨානයයි. එනම් කාය, වේදනා, චිත්ත, ධම්ම යන ස්ථාන හතරෙහි තම සිහිය හා නුවණ භාවිත කිරීමයි. මෙයින් අපේක්ෂා කරන්නේ කය හා සිතින් යුක්ත තම ජීවිතය පිළිබඳ සිහිය පිහිටුවා එහි යථා තත්ත්වය නුවණින් මෙනෙහි කොට ජීවිතය පිරිසිඳ දූන දුකින් නිදහස්වීමයි. අතීතයට හා අනාගතයට නිතර දුවමින් පවතින සිත වර්තමානය තුළ පිහිටුවා අඛණ්ඩව සිදුවන රූපාදි ස්කන්ධ පංචකයෙහි සමුදය වැය නුවණින් දැකීම මෙහි දී සිදු වේ. දුක හට ගන්නේ මෙම යථාර්ථය නොදන්නා නිසා බව තේරුම් ගන්නා ශ්‍රාවකයා සතර සතිපට්ඨානය තුළ නිතර හැසිරීමට උත්සාහවන්න වෙයි. යම්තාක් සතර සතිපට්ඨානය තුළ හැසිරෙයි ද ඒතාක් තමාට දුක් පීඩා ඇති නොවන බවත් යම් විටෙක එයින් පිටතට ගියහොත් තමාට දුක එළඹෙන බවත් පිළිබඳ මනා අවබෝධයක් ලැබේ. මේ නිසා සතර සතිපට්ඨානය තුළ වාසය කිරීම බුදුරජාණන් වහන්සේ නමැති පියාගේ විෂයයෙහි වාසය කිරීමක් හා සමානව දක්වා තිබේ. ඉන් බැහැරව සිටීම මරුවාගේ භූමියෙහි වාසය කිරීමක් ලෙස දක්වා තිබේ. එබැවින් තම පියා වූ බුදුපියාණන් වහන්සේගේ විෂය නමැති සතර සතිපට්ඨානය තුළ වාසය කිරීමට භාග්‍යවතුන් වහන්සේ ශ්‍රාවකයන් උනන්දු කරවා තිබේ.

සතර සතිපට්ඨානය තුළ නිතර හැසිරෙන විට ධර්මයෙහි සාංදෘෂ්ඨික, ආකාලික ගුණාංග තමාට ප්‍රකට වන අතර වහ වහා ම අකුසල් දුරු කිරීමටත් කුසල් වැඩීමටත් බලවත් උනන්දුවක් ඇති වේ. ඒ අනුව නූපත් අකුසල් නූපදවීමටත් උපත් අකුසල් දුරු කිරීමටත් නූපත් කුසල් ඉපදවීමටත් උපත් කුසල් වැඩි දියුණු කර ගැනීමටත් බලවත් කැමැත්තක් හටගනී. ධර්මය පිළිබඳ ශ්‍රද්ධාව ඇති වූ පමණට මෙම චීර්යය වඩ වඩාත් තීව්‍ර වේ. සතර සමයක් ප්‍රධාන චීර්යය නමින් දැක්වෙන්නේ මෙයයි.

බලවත් චීර්යයෙන් ධර්ම මාර්ගයෙහි ඉදිරියට යන විට ඊළඟ පියවර වූ සතර සාද්ධිපාදයන්හි දී මෙම චීර්යය තව දුරටත් ශක්තිමත් වේ. ඒ අනුව ධර්ම මාර්ගයෙහි ඉදිරියට යාමට බලවත් කැමැත්තක් (ඡන්ද) හටගන්නා අතර ඊට සමගාමීව සිත් යෙදවීම (චිත්ත) ද චීර්යය (චිරිය) ද දියුණු වෙමින් මග නොමග පිළිබඳ මනා විමසුම් නුවණක් (විමංසා) ද හටගනී.

මෙලෙස දහම් මගෙහි නිරන්තරව යෙදීම නිසා එහි දිට්ඨධම්ම සුඛචිතරණ සිදුවන විට තෙරුවන කෙරෙහි ශ්‍රද්ධාව වැඩිදියුණු වී චීර්යය තවත් ශක්තිමත් වේ. ඒ අතර සතිමත්ඛව දියුණු වී සිතෙහි සමාධිය ද වර්ධනය වේ. සිත සමාධිමත් වූ විට හේතුඵල දහමෙහි සම්බන්ධය වඩ වඩාත් ප්‍රකට වෙමින් රූපාදි ස්කන්ධ පංචකයේ හටගැනීම් (සමුදය) නිරුද්ධවීම් (වය) දැකීම් සංඛ්‍යාත ප්‍රඥාව ද දියුණු වේ. මෙමගින් සිදුවන්නේ ශ්‍රද්ධාදී ඉන්ද්‍රිය ධර්ම ක්‍රමයෙන් වර්ධනය වීමයි. ඉන්ද්‍රිය යනු අධිපති බවයි. ඒ අනුව මෙහිදී තමන්ගේ ජීවිතයේ අධිපති බව හෙවත් ප්‍රමුඛත්වය ලැබෙන්නේ සද්ධා, චිරිය, සති, සමාධි, පඤ්ඤ යන මෙම කරුණුවලටයි.

ශ්‍රද්ධාදී ඉන්ද්‍රිය ධර්ම දියුණු වන විට ඒවා තවදුරටත් ප්‍රබල වීම් වශයෙන් ශ්‍රද්ධාදී ගුණාංගයන් ම බල ධර්ම බවට පත්වේ. සද්ධාබල, චිරියබල, සතිබල, සමාධිබල, පඤ්ඤබල නමින් දැක්වෙන්නේ මෙලෙස ශ්‍රද්ධාදී අංග ප්‍රබලත්වයට පත්වීමයි.

සතර සතිපට්ඨානය තුළ අඛණ්ඩව සිහිය හා නුවණ දියුණු කරමින් ඉන්ද්‍රිය, බල ධර්ම ප්‍රකට වන විට එම කරුණු ම තවත් ශක්තිමත් වීම් වශයෙන් සතර සතිපට්ඨානය (සති) ශක්තිමත් වී ස්කන්ධ, ධාතු, ආයතන, නාමරූප, පටිච්චසමුප්පාද යන කරුණු මෙනෙහි (ධම්මචිවය) කිරීම, චීර්යය දියුණුවීම (චිරිය), සිතෙහි සතුට (පීති), චිත්ත-වෛතසිකයන්ගේ හා කායික සැහැල්ලුව (පස්සද්ධි), සිතෙහි සමාධිමත්ඛව (සමාධි) හා මැදහත් බව (උපෙක්ඛා) යන කරුණු බෝධි අංග බවට පත් වේ. මේ අවස්ථාව වන විට සතර සතිපට්ඨානය තුළ තම සිහිය හා නුවණ බෙහෙවින් භාවිත කර තිබෙනු දක්නට ලැබේ.

මෙම ආධ්‍යාත්මික ගමන් මගෙහි වඩාත් උසස් මට්ටමක් ආර්ය අෂ්ටාංගික මාර්ගයෙන් ප්‍රකට වේ. එනම් අනිත්‍ය, දුක්ඛ, අනාත්ම සංඛ්‍යාත ත්‍රිලක්ෂණය පිළිබඳ මනා වැටහීමකින් යුතු ව සම්මාදිට්ඨිය පෙරටු කොට ගත් මාර්ගාංගයන්ගෙන් යුක්ත වීමයි. මෙහිදී පටිච්චසමුප්පාද දර්ශනයෙන් යුක්ත චතුරාර්ය සත්‍යාවබෝධය සහිත මනා අවබෝධයෙන් යුතු ධර්මමාර්ගය තම ජීවිතය බවට පත් කොට ගෙන සිටීමේ

ප්‍රතිඵලයක් වශයෙන් සම්මාදිවයින ආදී අංග සෘජුව ම නිවන ඉලක්ක කොට ගනිමින් තම ශරීරාංග මෙන් ක්‍රියාත්මක වනු දක්නට ලැබේ. ඉන් බැහැර ජීවිතයක් දැන් මෙම ශ්‍රාවකයාට නැත. සේධ පුද්ගලයකු වශයෙන් සම්මාදිවයි, සම්මාසංකප්ප, සම්මාවාචා, සම්මාකම්මන්ත, සම්මාආජීව,සම්මාවායාම, සම්මාසති, සම්මාසමාධි යන අංග අටකින් සමන්විත වන මෙම ප්‍රතිපදාව (අට්ඨංගසමන්තාගතෝ සේබෝ) අර්භත්වයට පත්වීමත් සමග සම්මාවිමුත්ති, සම්මාඤ්ඤා යන අංග දෙක ද එකතුව අංග දහයක් ව (දසංගසමන්තාගතෝ අරහා) ප්‍රඥවේ පරිපූර්ණත්වයට පත් වේ.

විද්‍යාව හෙවත් ප්‍රඥාව ඉහළ ම තලයට දියුණු කළ විට ඇස, කන ආදී අභ්‍යන්තර ආයතනත් රූප, ශබ්දදි බාහිර ආයතනත්, රූපාදි ස්කන්ධ පංචකයත්, චක්ඛුධාතු - රූපධාතු - චක්ඛුවිඤ්ඤාණධාතු ආදී ධාතුත්, නාමරූප විඤ්ඤාණත් ආදී වශයෙන් සත්ත්ව ජීවිතය සම්බන්ධ සියලු ප්‍රඥප්තීන්හි පෙර නොතිබී හටගෙන නිරුද්ධ වන අවබෝධයෙහි තම සිහිය හා නුවණ සම්පූර්ණයෙන් පවතී. ඒ සමග ම යමක් දුටු විට එය දැකීම් මාත්‍රයක් පමණක් බව (දිට්ඨො දිට්ඨමන්තං) ද, යමක් ඇසු විට එය ඇසීම් මාත්‍රයක් පමණක් බව (සුනෙ සුනමන්තං) ද, යමක් නාසය දිව කය යන ඉඳුරන්ගෙන් විඳ ගත්තේ ද එය විඳ ගැනීම් පමණක් බව (මුතෙ මුතමන්තං) ද, යමක් සිතීන් දැන ගත්තේ ද එය දැනගැනීම් මාත්‍රයක් බව (විඤ්ඤානෙ විඤ්ඤානමන්තං) ද යන අවබෝධයෙහි නිරතුරුව තම නුවණ පවත්වා ගැනීමට අවස්ථාව උදවේ. මෙය තමා දුකින් සපුරා නිදහස් වූ බව පිළිබඳ සලකුණකි. දුර්ලභව ලද මේ උතුම් බුද්ධෝත්පාදයෙන් හා වටිනා මිනිස් භවයෙන් අප ලබා ගන්නා ඉහළ ම ප්‍රතිඵලය මෙයයි.



ඔබ සැමට තෙරුවන් සරණයි !

කැලිෆෝනියාවේ, පැසිෆික් ලොස් ඇන්ජලිස් බෞද්ධ විහාරස්ථානය

බු.ව. 2561 උදුවප් මස (2017 දෙසැම්බර 17 වන ඉරු දින)

ගෞතම සම්බුදු සසුනෙහි සනාතන රැකවරණය උදෙසා පැවැත්වෙන

පැසිෆික් භාවනා සම්භාෂණය 5



- නෙතට ඇති සැපය බුදු රුව දැකීම ය
- සිතට ඇති සැපය බුදු ගුණ සිතීම ය
- ගතට ඇති සැපය බුදු හිමි වැදීම ය
- මෙමට ඇති සැපය සසරින් මිදීම ය